



介護破産はなぜ起きるのか？

「最期くらい親孝行したい」
が仇になる

「子どもの頃、両親に可愛がられて育ったことを思い出して、自分が親の面倒をみるしかないと思い込んでしまいました」

3年前に筆者のインタビューでそう答えたのは、埼玉県内に住む60代の男性。

大手企業に正社員として就職してからも両親と同居し、週末は趣味のスキーなどに興じて悠々自適のシングルライフを満喫していた。人生が一変したのは父のがんが発覚してから。父を病院に連れていくのに有給休暇を消化するようになり、職場に迷惑がかかると思いはじめた。すでに管理職で責任のある立場。プロジェクトのリーダーになるなど、やりがいを持って仕事に取り組んでいた。「父の世話をしたいから会社を辞めたい」と、直属の上司や同僚に伝えたとき、引き止められたが、26年勤めた会社を「介護離

職」した。退職金と預貯金を合わせて2000万円以上の現金が手元に残ったが、退職してから2週間後に父が他界。「最期くらい精一杯の親孝行をしたい」と、盛大な葬儀を執り行い、お墓まで建ててしまった。その費用は合わせて850万円。

さらに、同居の母に認知症の症状が出始め、男性が知らないところで、訪問販売などで布団やネットレスといった高額な商品を買って入っていたことが発覚し、男性が支払いを立て替えた。

知り合いの紹介で再就職したが、給料は前職の半分程度で、思うような収入は得られなかった。貯金を切り崩す生活を送り、10年ほど前に母が他界して、葬式を行ったところでのついに貯金が底をついた――。

男性には6歳年上の兄がいたが、早くに家を出ていたので、「同居の自分が親たちの面倒をみるしかない」と思い込み、親のことは兄に一切相談しなかったという。



ジャーナリスト
村田 くみ

○ [むらた・くみ] 1995年より「サンデー毎日」編集部所属。2011年からフリーに。2008年から母親の介護をしながら、ライター、FPとして週刊誌等で執筆。2016年1月から一般社団法人介護離職防止対策促進機構(KABS)アドバイザー。著書に『おひとりさま介護』(河出書房新社)、共著『介護破産 働きながら介護を続ける方法』(KADOKAWA) など。

介護が必要になったときや死んだ後、葬式や財産の処分をどうするのか、生前に話し合っておくべきなのか、遺族の負担は最低限で済む。ところが、「倒れたときの話をするのは気まずい」「生前に死んだ後の話をするのは不謹慎」などと、まともに話し合おうとしない親子が多い。「介護保険制度のサービスを使いこなしていれば介護離職しないで済んだかもしれない。当時、どんなサービスが使えたのか、調べる余裕もなく、なんでもお金で解決すればいいと思い、かなり無理をしてお葬式やお墓にお金をつぎ込んでしまいました。親子が共倒れにならないためには、子どもが一人で背負わないこと。会社は絶対に辞めてはいけないと痛感しました」(男性)

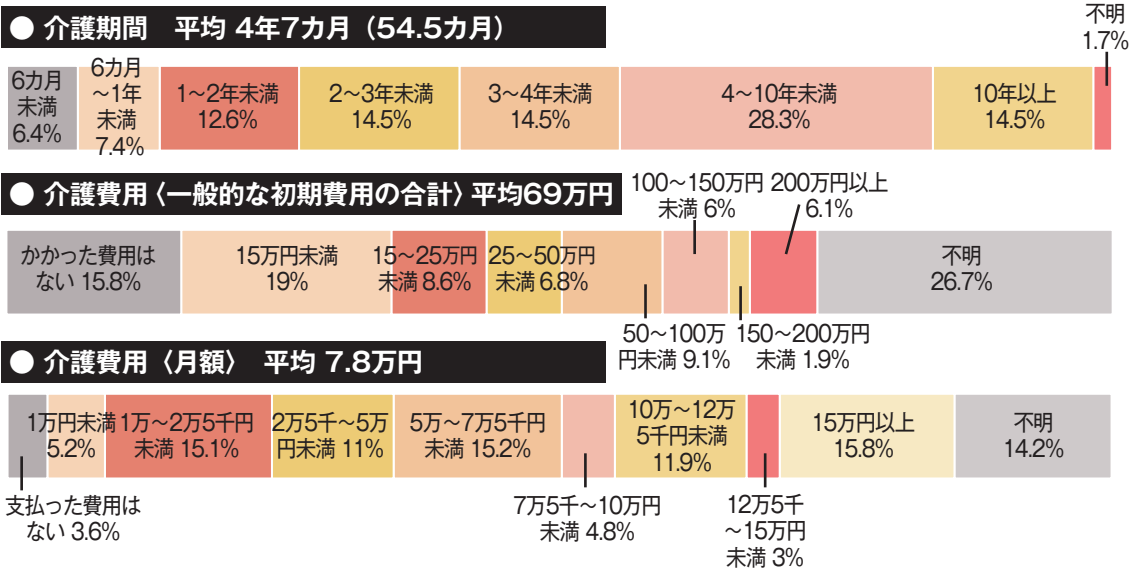
介護離職は
介護破産の入り口

公益財団法人「生命保険文化センター」



>>> 介護にまつわるお金の話

【図表1】 介護にはどれくらいの年数や費用がかかる？



出典：生命保険文化センター「生命保険に関する全国実態調査」平成30年度を一部改変

が、過去3年間に介護経験がある人に、介護費用などを聞いた2018年度の調査によると、介護生活をするにあたり住宅の改修や介護用ベッドなどの購入を含めた初期費用は約69万円、月々の介護にかかる費用の平均は7・8万円となった。さらに、介護

経験者が実際に介護を行った期間の平均は4年7カ月。4年以上介護した割合も4割を超えている【図表1】。

単純にこの数字を組み合わせると高齢者1人の介護に必要な金額は4年7カ月で498万円ということになる。これに日々の生活費が加算される。

月々高齢者が受け取る年金が、7・8万円を下回れば、介護費用の不足分と生活費は家族が負担しなければならない。

そこに、仕事と介護の両立が困難になり、介護のために離職を選ぶと、冒頭の男性のように、再就職したとしてもいい職に就くことができず経済的困窮に陥る例がある。「冷静になって考えてみれば、親たちが死んだ後は自分の長い老後が待っている。あせって退職しないでいるんなら制度を使ったり、仕事を調整してもらったりして会社員を続ければよかったです、退職してからかなり後悔しました」

そう語ったのは都内在住の50代の女性。40代の後半で両親の同時介護が始まったが、両親ともに要介護度は最も軽い「要支援1」で、付きっ切りで世話をしなければならぬというわけではなかった。

当時正社員として15年以上のキャリアがあったが、職場は残業が多く、朝は9時出社して帰宅するのは終電近くという日々が続いた。日中、父と母は互いに老老介護をしているので、そのストレスからなのか、深夜に帰宅した女性をつかまえて母は愚痴

をこぼすようになった。

母の愚痴を聞きながら洗濯物をたたんだり食器の洗いをしたり、家事の手伝いをする睡眠時間が3～4時間になってしまい、心身ともに疲弊してしまっただけでなく、職場には育児や介護の休業制度が整って

いたが、取得要件に該当していなかったこともあり、誰に相談することもなく退職に気持ちが傾いてしまった。「もっと残業時間が少なければ退職することもなかったと思いますが、『親の介護』を言い訳にして会社を辞めてしまいました。自分だけ個人的な都合で、定時に帰ることが許されるような職場環境でもなかったの、仕方がなかったのかもしれない。その後、すぐに転職できましたが、年収は

かなり減ってしまいました」(女性)

厳しい中年以降の再就職

明治安田総合研究所とダイヤ高齢社会研究会財団が2014年に発表した「仕事と介護の両立と介護離職に関する調査」によると、介護のために転職した正社員が新職場でも正社員として働いたのは、男性が3人に1人、女性が5人に1人。転職前後の年収を比べると、男性は557万円から342万円と4割減り、女性は350万円から175万円と半減していた。

冒頭の男性は退職してからハローワークで求職活動をしたが、条件に見合った職が

見つからなかったという。ハローワークからの就職はあきらめて知り合いの伝手をたどり、ようやく職を得た。それでも年収が半分以上になったように、40代過ぎてからの転職は厳しいのが現状。

2013年1月に厚生労働省が行った「仕事と介護の両立に関する労働者アンケート」調査では、退職後、介護に専念した後、39%の人が「経済面で負担が増した」、さらに35.9%の人が「非常に負担が増した」と答えたように、介護離職で会社を辞めてしまうと、介護破産の入り口に来ていることがわかる。

3年に1度の制度改革の度に 増える負担

筆者も介護離職をした一人で、母（86歳）の介護が始まった12年前、介護にお金を使いすぎて貯金が底をつきそうになったことがある。母には当時、老齢基礎年金がなく、父の遺族厚生年金しか収入がなかった。

介護がスタートしたときはまだ要介護2で在宅介護をしていた。仕事が忙しいときに食事の世話ができなくなるので、自費でショートステイに入ってもらったことがある。後に母の住む自治体には、安否確認を兼ねたお弁当の宅配などのサービスがあり、もっと安く済む方法を知っておくべきだったと悔やんだ。

父が他界した後、母が自分の扶養家族になったことで、介護保険料が増えた。そん

なとき知ったのが「世帯分離」。同居しながら、住民票の世帯を分けることだ。別居とは違い、同じ住所で世帯主を2人にする。役所の窓口に住民票の異動届を提出し、健康保険課や介護保険課で保険証の再発行の手続きをする。

父が他界した当時、私の収入と母の年金が「世帯所得」として合算されて介護保険料が計算されていた。世帯分離をすると、母は住民税非課税世帯になり、介護保険料が年間5万円ほど少なくなった。また、特養（ユニット型個室）のショートステイで施設サービスを使ったとき、1日の食費が1380円から390円に、居住費が1970円から820円に減額され、1日の負担が3350円から1210円に減った。

しかし、夫婦の間での「世帯分離」はハードルが高い。

介護サービス利用時の自己負担は原則1割だが、2015年8月から第1号被保険者（65歳以上）のうち、収入から控除などを引いた合計所得が単身世帯280万円、2人以上の世帯346万円以上の場合、利用したサービスの自己負担は原則2割になった（その後、2018年8月から第1号被保険者のうち合計所得金額が220万円以上の自己負担3割。ただし、世帯の65歳以上で年金収入とその他の合計所得が単身世帯340万円、2人以上の世帯463万円未満の場合は2割または1割の自己負担）。年金収入がある夫と世帯分離をして、住

民票を入所した特養に移した妻のケースでは、妻の年金収入で入所費用が計算される。住民税非課税世帯になれば、介護サービスの自己負担は1割のままだが、預貯金を含めた金融資産が単身で1000万円以上、別々に暮らしている夫婦でも2000万円以上持っている「減免措置」の対象から外れる。

特養に入所した場合、住民税非課税世帯は所得に応じて、食費300～650円、居住費は820～1310円と安く済むように設定されていたのが、「減免措置」の対象から外れると食費は1380円、居住費は1970円になる。

増える家族の負担

千葉県内に住む女性（60代）は、90歳の母の介護費用で頭を抱えていた。父と母は別世帯で暮らしていたのが、数年前に父が亡くなり、母を引き取った。母には年金はなかったが、自宅を売却したお金と父の遺産は、母名義の財産としてあった。

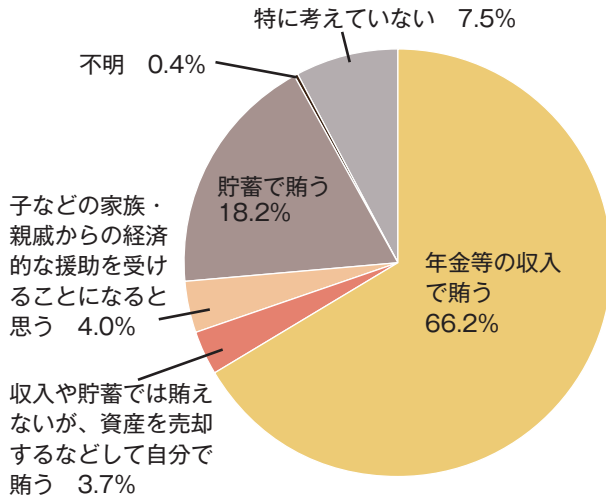
母は要介護2で週に2回、入浴を兼ねてデイサービスを利用していった。女性が旅行などに出かけて自宅を留守にするときには、母は特養のショートステイを利用することが多かった。

ところが、制度の改正後、ショートステイの利用料金は倍の5000円になってしまった。父の遺産が1000万円以上あったから、家族の間では「1000万円を切るま



>>> 介護にまつわるお金の話

【図表2】 介護が必要になった場合の費用負担
(65歳以上対象)



出典：内閣府「令和元年版 高齢社会白書（全体版）」から作成

でお金を使えばいい」という話もあったが、結局女性はショートステイを使うのを止めて、自宅で母の世話をすることにしたという。在宅で介護をする家族には負担が伴うので、行き当たりばったりでお金を使うのではなく、最低限の負担で済むように、自治体独自で行っているサービスや、地域密着型サービスを事前に知っておきたい【図表2】。

介護をする家族が会社勤めをしていれば、仕事と介護を両立できるサービスを探そう。母と2人暮らしをしている30代の会社員女性は、60代の母がアルツハイマー型認知症になった。要介護1で、デイサービスに通える日数が限られており、母の面倒をみるために会社を辞めることを考えた。そんなとき、上司から介護休業や介護休業給付金を使うことを勧められた。

介護休業は家族1人につき通算93日まで取得できる。原則無給だが、雇用保険から介護休業給付金の月額（休業開始時の賃金日額×支給日数×67%）を受け取れる。この制度を使って、3カ月間で介護のための体制を整えた。

介護者がラクになるサービスを探そう

女性は、兄と姉が「小規模多機能型居宅介護」と「賃貸住宅」が併設されている施設を探して引っ越しに協力してくれたという。その施設では1階が小規模多機能型居宅介護の事業所、2階以上が賃貸住宅となっていてここに家族で引っ越した。留守中母に何かあっても、すぐに施設のスタッフが自宅に駆けつけてくれるので、母をおいたままでも安心して仕事に出かけることができた。と女性は語っていた。

小規模多機能型居宅介護は、介護保険制度の地域密着型のサービス。デイサービス（通所介護）を中心とした居宅介護で、施設に短期間泊まれるショートステイなどを組み合わせて使える。利用料は定額制で毎日デイサービスに通ったとしても介護保険の1〜3割。利用時は施設に直接申し込む。

女性の場合、母が5段階ある「要介護」のうち最も軽い「要介護1」だったため自己負担は月額約1万1500円（食事代別）で済んだという。月曜〜金曜までデイサービスに通うプランを立ててもらい、兄と姉

が母の面倒をみるのは土日のみとすることで、3カ月で職場に復帰し仕事との両立を可能にさせた。

親の介護に直面したとき、全部実費で払おうとすると共倒れになる危険性がある。「介護離職防止対策促進機構」（東京都渋谷区）代表理事の和氣美枝さん（48歳）は、こう語る。

「介護が始まると、どんな手続きをしたらいいのかかわからず、混乱してしまいました。自分の介護体験をもとにアドバイスをするとときには、『介護が始まったら親の住まいの近くの地域包括支援センターに行つて相談するように』と伝えていきます」

和氣さん自身、認知症の母（79歳）の在宅介護を始めて16年。現在、母は要介護4で、週6日デイサービスに通う。和氣さんが出張に出かけて自宅を留守にするときには、2泊3日などショートステイを使うが、介護サービスの利用は、介護保険の1割負担。母の年金の範囲内で収まらないことがあっても、立て替える金額は1万円ほどで済んでいるそうだ。

介護が必要になったら、地域包括支援センターなどで要介護認定を受ける手続きを行い、介護保険のサービスを使うことから始め、ケースに応じて使えるサービスを教えてもらおう。介護の費用が親の年金の範囲内で収まれば、長期戦になっても落ち着いた生活を送ることができる。そのためにも、まず介護者が冷静になることが大切だ。